



SERVICES

- SOS**
Ambulances 144
- Police**
Appels urgents 117
CEA (Centrale alarmes) 026 305 17 17
- Centres d'intervention**
Nord: Domdidier 026 305 66 71
Centre: Grang.-Paccot 026 305 68 11
Sud: Vaulruz 026 305 67 41
- Feu**
Fribourg 118
- Permanence médicale**
Fribourg et Sarine* ... 026 350 11 40
Glâne 026 350 11 40
Gruyère 026 350 11 40
Veveyse 026 350 11 40
Avenches, Payerne ... 0848 133 133
Broye fribourgeoise ... 0848 133 133
Morat et Lac 0900 670 600
- Permanence dentaire**
Fribourg: SSO-Fribourg, ts les jours
0848 14 14 14*
Sud fribourgeois: SSO-Fribourg
026 919 35 30*
Broye: SSO-Fribourg
0848 14 14 14*
* Paiement comptant
- Perm. chiropratique**
sa-di et jours fériés de 9 à 12 h
079 626 55 54
- Aide aux victimes**
Centre LAVI | Consult. pour enfants,
hommes et victimes de la route |
026 305 15 80.
Solidarité Femmes/Centre LAVI |
Consult. femmes |
026 322 22 02.
SOS Enfants | Perm. enfants, parents,
jeunes | 147.
Main tendue 24 h sur 24 143
SOS futures mamans |
Perm. tél. 24 h sur 24 |
026 3 220 330.
Accueil de nuit «La Tuile» | Toit, re-
pas pour les pers. sans logis | rte de
Marly 25 | Fribourg | 026 424 43 21 |
Ouv. dès 19 h.
Info sida | Antenne | 026 424 24 84.
SOS-Alcool 24 h/24 | 0848 805 005.
- Pharmacies de garde**
VILLARS-SUR-GLÂNE:
Mardi 20 janvier 2015
Pharmacie des Dailles
rue des Cerisiers 2
di et fériés 9 h 30-11 h 30, 17 h-18 h
En dehors des h d'ouv. 026 350 11 44
- ROMONT
Pharmacie de la Belle-Croix
026 652 90 40
di et jours fériés 10-12 h, 17-18 h
- BULLE
Pharmacie de la Poste
026 652 90 40
sa 8-12 h, 13 h 30-16 h; di 10-12 h,
17 h 30-18 h 30, lu 9-12 h, 14-18 h 30
- BROYE:
Pharmacie Amavita, Domdidier
0848 133 133
- VEVEYSE: Pharmacie St-Denis
Châtel St-Denis, di et férié de 10 h 30 à
11 h 30, 021 948 30 00
- LAC: N° général: 026 670 35 35
- SINGINE: cas urgents: 026 350 11 44

JARDINAGE

Cultivez la fille du roi des fruits

Après avoir fait bombance de son infrutescence, on peut prolonger le plaisir et faire prospérer la verte couronne qui domine l'ananas.

JEAN-LUC PASQUIER*

Enroulées dans leur boubou aux couleurs éclatantes, quelques mamas se dandinent avec élégance malgré la moiteur écrasante des rues en terre battue. Jarre sur la tête depuis la rivière, elles rapportent l'eau essentielle à la cuisson des patates. Pendant ce temps, les hommes sont affalés à l'ombre d'un gigantesque arbre tropical. Tous les jours, les mamas râlent en voyant ces fainéants faire la sieste. En s'étirant, les hommes se défendent mollement et rétorquent qu'ils «réfléchissent». Les garçons jouent au foot avec une boule de tissu. Les filles se tressent mutuellement les cheveux pendant que les grandes dansent. Parmi elles, Doudou la fille du chef. Vingt ans et toutes ses dents, Doudou se distingue par sa beauté et par la finesse de ses traits. Sa stature altière lui offrirait un aller simple pour le palais royal. Et voilà que, bingo, le roi en personne débarque au village accompagné de toute sa smala. Encore somnolent, le chef du village s'incline et s'inquiète de cette visite. Grave, le roi lui lance: «Contrôle fiscal!» Stupeur et coup de chaud. Soudain, un large clavier d'ivoire illumine le sourire du roi: «Je rigole! Je viens te demander la main de ta fille.» Et c'est ainsi que Doudou devint la nana du roi...



On aurait tort de ne pas se servir de ce diadème de feuilles pour décorer son intérieur – ici la variété horticole cultivée «Variegatus». JEAN-LUC PASQUIER

Vous avez dit Nana?

La légende voudrait qu'un saint homme ait déclaré que l'ananas était le roi des fruits, car Dieu lui avait offert une couronne. Bon, passons. L'ananas commun, ou «Ananas comosus» (les botanistes ne se sont pas foulés sur ce coup-là), est une plante cultivée pour son fruit et appartenant à la famille des broméliacées. Mais oui, vous savez, ces plantes qui se sustentent de l'eau accumulée à l'échancrure de leurs feuilles organisées en entonnoir. L'ananas trouve ses origines dans les pays tropicaux d'Amérique du Sud et des Caraïbes. Les Amérindiens l'appellent «nanà nanà» («parfum des parfums»). C'est d'ailleurs en débarquant en Guadeloupe que Christophe Colomb découvrit ce fruit délicieux au jus si désaltérant. Depuis, cette généreuse plante s'est fait connaître partout où elle a été capable de s'acclimater, c'est-à-dire là où les températures ne descendent jamais au-dessous des 10 °C, sinon la plante meurt. Raison pour laquelle on ne doit pas conserver l'ananas au frigo.

Inflorescence, infrutescence

A propos de fruit, il faut savoir qu'il ne s'agit pas d'un fruit véritable, mais plutôt d'une infrutescence. Ce type d'organe s'appelle ainsi car il est issu d'une multitude de fleurs réunies autour d'un axe central: une inflorescence. En gonflant, chaque petit fruit se serre contre ses voisins jusqu'à former une infrutescence. Pas la peine de retenir ce drôle de mot, car il est impossible à placer en société et encore moins au Scrabble®. Le plus joli dans cette histoire d'organes reproducteurs c'est que dans la nature, les colibris se chargent de cette délicate opération. Mais comme on n'aime pas trop se coincer des graines amères dans les dents, les cultivateurs préfèrent éloigner ces habiles oiseaux de leurs Doudous chéris. Ils multiplient ainsi les plantes non pas par graines, mais par division de rejets ou par bouturage de couronnes de feuilles.

Faites des petits!

A l'achat de votre ananas, veillez à ce que la couronne soit la plus belle possible. Puis, au moment de la préparation culinaire, scalpez cette adorable touffe avec une épaisseur d'environ 1 cm de chair et d'écorce. Laissez sécher la cicatrice de la couronne durant 24 h. Entre-temps, mangez l'ananas et remplissez un pot en plastique d'environ 15 cm de terreau pour cactus ou de terreau mélangé à du sable (moitié-moitié). Ensuite, déposez à la verticale la couronne sur le terreau et arrosez à l'eau tiède jusqu'à saturation. Recouvrez avec un sachet plastique transparent et fixez-le avec un élastique sous le renfort supérieur du pot. Aérez régulièrement et arrosez pour maintenir l'humidité du substrat. Soudain, au bout de trois mois, de nouvelles feuilles jaillissent: ça y est, vous êtes l'heureux parent d'un bébé Doudou! I
*Horticulteur, maîtrise fédérale

ART-THÉRAPEUTE

Art et médecine vont de concert

CLAUDINE DUBOIS

Pleurer à l'écoute de «La Truite» de Schubert ou de «Mon Frère», de Maxime Le Forestier, ou être fasciné par un tableau de Léonard de Vinci... «Quelle est cette puissance qui anime les œuvres d'art?», interroge Richard Forestier, dans une refonte de l'ouvrage «Le métier d'art-thérapeute» paru pour la première fois en 1999.

L'art-thérapie consiste à soigner des personnes en utilisant la peinture, la musique, le théâtre ou la danse, explique en substance l'auteur, responsable du Centre d'études supérieures en art et médecine (CESAM) à Saint-Cyr-sur-Loire (France). Il implique des effets physiques, mentaux et sociaux, et aide les personnes à vouloir guérir de troubles de l'expression et de relation. Les fondements scientifiques de l'art-thérapie moderne (définis dès 1975 en France) reposent sur la philosophie de l'art, la psychologie, la kinésithérapie...

L'édition revisitée par Richard Forestier en fait un ouvrage complet qui évoque à la fois les fondements de la discipline, les questions du public, des artistes comme celles du milieu médical et institutionnel, ainsi que la méthode et la pratique auprès de patients en centre de soins ou en institution. Il est illustré par des exemples concrets, des études de cas et comporte une partie destinée aux exercices, jeux et situations relatives à la pratique de l'art-thérapie. I

> Richard Forestier, «Le métier d'art-thérapeute», Favre, 362 pp.

EN BREF

VACANCES

Un village Reka «énergétique»

Une cinquantaine d'appartements, une maison communautaire, une piscine couverte et une infrastructure pour les enfants. Ainsi se décline le nouveau village de vacances Reka, ouvert en décembre dernier à Blatten-Belalp, à 1300 mètres d'altitude. Idéal pour recharger ses batteries. Cette réalisation est soutenue par l'Office fédéral de l'énergie en raison du caractère exemplaire de son concept énergétique. Des capteurs solaires hybrides sont reliés à un accumulateur thermique en sous-sol. L'énergie stockée en été est utilisée en hiver à l'aide de pompes à chaleur, ce qui assure pratiquement l'autonomie du village. CDB
> www.reka.ch

SUDOKU

by Ex-perience.ch

9	6							3	5
			4	9		5	6		
2									1
		1	4		9	7			
4									9
		9	2		3	8			
1									8
		3	8		1	2			
5	7							9	3

N° 2690 Difficile

La règle du SUDOKU est on ne peut plus simple. Le but est de compléter la grille en utilisant les chiffres de 1 à 9 et en tenant compte que chaque ligne, colonne et carré contient tous les chiffres une seule fois.

Retrouvez la solution avec une nouvelle grille dans la prochaine édition de La Liberté

Grilles de fabrication Suisse
WWW.SU-DO-KU.CH

MOTS CROISÉS

- Horizontalement**
- Entre l'enfer et le paradis.
 - Son droit est inviolable, en principe. Elles sont abordables.
 - Telle une plante qui croît dans les décombres.
 - C'était lui, Le Fou chantant. Eminence grecque ou turque.
 - Son action est tranchante. Protecteur de la tribu.
 - C'est non, à la crèche. On le range pour le brûler.
 - Source suisse d'informations. Arrose une partie de la Suisse. Pour tirer tout droit.
 - Ville universitaire allemande. Son moulin va moins fort.
 - L'enfance de l'Aar. Empêche de bouger. Trop long pour le court.
 - Propre à vous mettre sur les genoux.

- Verticalement**
- Laurel, pour Hardy.
 - Il n'a pas mérité la place qu'il occupe.
 - Mise en plis. L'étain.
 - Surfaces articulaires creuses d'un os. Baba de conte.
 - N'a plus l'air renfermé. Le Tessin. A la page.
 - Acte dramatique.
 - Oui, oui jadis. Ajouta un décor.
 - Souci de tuyauterie. Avec des musiciens.
 - Note de bas de gamme. Pousse au travail. Sans exception.
 - Se prend en poudre quand on est pressé.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

SOLUTION DU LUNDI 19 JANVIER

- Horizontalement**
- Grainetier. 2. Oursons. Ce. 3. Très. Tabou. 4. Ha. Opérées. 5. Iléite. Lus. 6. Prosper. 7. Unies. Amer. 8. Eon. Eure. 9. Naissante. 10. Tell. Aster.
- Verticalement**
- Gothique. 2. Rural. None. 3. Are. Epinal. 4. Issoire. Il. 5. No. Ptôses. 6. Entées. Usa. 7. Tsar. Paras. 8. Bèlement. 9. Ecoeuré. Té. 10. Reuss. Ruer.

JEUX

TOTO GOAL
212 222 1XX 222 1 - 0-4
1 gagnant avec 13 points 15 065.10
38 gagnants avec 12 points 198.20
573 gagnants avec 11 points 13.10
4097 gagnants avec 10 points 1.80
Somme estimée au premier rang du prochain concours: 250 000 francs.

Tirages du 19 janvier 2015

BANCO 36
1/36
3 5 7 10 11 16 23
26 28 30 32 35 40 45
46 51 53 56 57 68

TRIO MAGIC 8 0 3

ORDRE EXACT: Fr. 755.10
TOUS LES ORDRES: Fr. 125.80
MILIEU: Fr. 7.60

Seule la liste officielle des résultats de la Loterie Romande fait foi.
www.loro.ch